



ویژگی های تحصیل در دانشگاه

زندگی دانشجویی محدود به تحصیل و درس خواندن نیست و دانشجویان باید در برنامه ها و فعالیت های اجتماعی، ورزشی و هنری نیز مشارکت فعالی داشته باشند ...

صفحه ۸



معرفی کتابخانه مرکزی دانشگاه

در سال ۱۳۶۴ با ادغام چند کتابخانه مرکز آموزش عالی در زمینه علوم انسانی، کتابخانه های دانشگاه علامه طباطبائی فعالیت های خود را تداوم بخشیدند ...

صفحه ۴



دانشجویان عزیز، موفقیت شما را در کنکور ۹۴ تبریک می گوئیم

به خانواده دانشگاه علامه طباطبائی خوش آمدید



آیا مرکز مشاوره ای هم در دانشگاه وجود دارد!؟

تشخیص های اولیه اختلالات، دارو درمانی، روان درمانی و در صورت نیاز بستری افراد را شامل می شود، افرادی که دچار اختلالات روانی مزمن بوده و نیازمند اقدامات دارویی هستند از این خدمات استفاده می کنند.

خدمات مددکاری که توسط مددکاران مرکز مشاوره انجام می شود شامل پیگیری و تامین حمایت های محیطی و سازمانی پیگیری وضعیت تحصیلی دانشجویان مشروطی و اخراجی و نامه نگاری با کمیسیون موارد خاص، شورای انضباطی و... دانشگاه برای حذف درس یا ترم دانشجوی پس از طرح در شورای مربوطه

خدمات روانسنجی که توسط روانسنج انجام می شود و شامل سنجش وضعیت هوش، شخصیت و... انجام پژوهش های مربوطه و تجزیه و تحلیل داده هاست.

طرح پایش سلامت: مرکز مشاوره هر ساله وظیفه پایش سلامت روان دانشجویان جدیدالورود را بر عهده دارد لازم به ذکر است علاوه بر این خدمات زیر را بصورت رایگان در مرکز مشاوره، دفاتر مشاوره خوابگاهها و دفاتر مشاوره دانشکده های خارج از پردیس ارائه می دهد و هیچگونه وجهی دریافت نمی شود.

گاهی خودمان و زمانی دوستانمان از مشکلی رنج می بریم که نیاز است از این خدمات استفاده کنیم، این خدمات برای همه دانشجویان به صورت رایگان ارائه می شود، علاوه بر این مرکز مشاوره خدمت جدیدی را به دانشجویانی که برای جستجوی پایگاه های تخصصی مراجعه می کنند با عنوان « مشاوره توزیع خدمات منابع علمی » ارائه می دهد. دانشجویانی که پایان نامه یا مقاله تهیه می کنند می توانند از مشاورین با تجربه علمی مرکز در این بخش برای جستجوی پیشرفته در سایت های معتبر داخلی و خارجی نیز استفاده کنند.

نحوه مراجعه و استفاده از خدمات مرکز مشاوره

اگر مایلید به مرکز مشاوره مراجعه نمایید بهتر است از قبل به صورت تلفنی یا حضوری از واحد پذیرش وقت بگیرید در ابتدا با شما گفتگوی اولیه ای بعمل می آید تا بر این اساس نوع مشکل شناسایی و به متخصص مربوطه ارجاع شود، مرکز مشاوره با تجربه بیش از ۲۰ سال پذیرای شما و سنگ صبور مشکلات شما بوده و خواهد بود.

تلفن پذیرش (برای گرفتن وقت): ۴۴۷۳۷۶۴۵

ساعات کاری مرکز: شبانه تا چهارشنبه از ساعت ۸ الی ۱۵:۳۰

دکتر حسین سلیمی بجنستانی
مدیر مرکز مشاوره دانشگاه

زندگی یعنی مسأله و مسأله اصلی ما زندگی ماست، زندگی پر است از فراز و فرود، شادی و غم، موفقیت ها و ناکامی ها، هر روز با تصمیمی مواجه هستیم که می تواند زندگی ما را تحت تاثیر خود قرار دهد ما نیاز به پشتیبان داریم، به نقل از مولی علی (ع) که « بهترین پشتیبان مشاوره و مشورت گرفتن است » چرا که با این دنیای پر هیاهو و متنوع و متکثر ممکن است ما در هر حوزه ای به مشارکت نگاه و فکر دیگران به موضوعات خودمان نیاز داشته باشیم.

در مسیر زندگی به تصمیمات اساسی بر می خوریم، ازدواج، ادامه تحصیل، محل زندگی، خرید وسایل، اهداف آینده زندگی که نیاز به کمک و مشاوره داریم، پس هدف مشاوره همیشه درمان بیماری نیست اما گاهی هم خلق و خو و روحیه مان دچار افت می شود یا با موضوعاتی روان شناختی مواجه می شویم که روزگار ما را تحت تاثیر خودش قرار می دهد.

گفتگو از قدیم الایام درمان بخش بوده، به زبان آوردن مثل تمیز کردن دودکش خانه دل آدم است، آنچه در قالب مفاهیمی مثل اضطراب، افسردگی، وسواس، ترس های اجتماعی، پرخاشگری، قهر و... می شناسیم گاهی به علت سد شدن انرژی درونی ماست و خدمات بهداشت روانی (مشاوره و روان درمانی) مسیر تخصصی برای کمک به افراد است تا این مشکلات را بشناسند و با آنها مواجه شوند. مرکز مشاوره محلی امن برای درد دل و گفتگویی است که از نظر شما راز به حساب می آید ما معتقد و مقید به رازداری و حفظ اصل محرمانه بودن حرف های مراجعینمان هستیم، ما این اطمینان را می دهیم که هر کس دردی دارد دوبای هم دارد و دردهای روان انسان را نمی توان پیش هر کسی ابراز کرد، روانشناس و مشاور فردی است که در این زمینه تخصص نظری و تجربه عملی چندین ساله دارد، هدف مشاوره کمک به فرد برای افزایش توانایی و مواجه شدن، کاهش و حل مشکلات او است.

وظایف مرکز مشاوره ارائه خدمات زیر است:

خدمات مشاوره و روان شناسی برای افرادی که از مشکلات فردی مانند اضطراب، افسردگی، تنهایی، کمرویی، پرخاشگری و... یا سایر مشکلات مانند وابستگی به مواد مخدر، ناکامی، بحران در زندگی، تجربه استرس شدید، طلاق رنج می برند یا می خواهند از مشاوره تحصیلی و شغلی، مشاوره پیش از ازدواج و زناشویی استفاده کنند ارائه می شود

خدمات روانپزشکی که توسط روانپزشک ارائه می شود و

معرفی مسئولان و مدیران

دانشگاه و دانشکده ها

معرفی ریاست و معاونین محترم واحدهای ستادی دانشگاه؛ و همچنین مسئولین دانشکده ها (به انضمام عکس) و مدیر گروه های آموزشی به اضافه آدرس و شماره تماس دانشکده های مختلف و سایر اطلاعات مفید مربوط به هر دانشکده...

صفحه ۲



آشنایی با

اداره رفاه دانشجویان

اداره رفاه دانشجویان دانشگاه، همانند پل ارتباطی بین عزیزان دانشجو و صندوق رفاه دانشجویان وزارت علوم تحقیقات و فناوری بوده و شما می توانید به نسبت اعتبارات وام ها و سایر امکاناتی که صندوق به این دانشگاه اختصاص می دهد از مزایای آن استفاده نمائید و ...

صفحه ۶

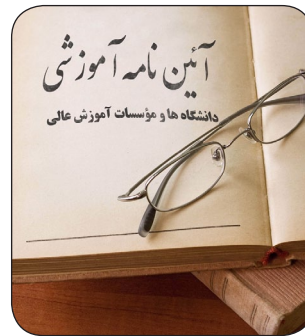


برخی نکات مهم از

آئین نامه آموزشی دانشگاه ها

ماده ۱۱- هر دانشجو می تواند در هر نیمسال تحصیلی حداقل ۱۲ و حداکثر ۲۰ واحد درسی را انتخاب کند.
تبصره ۳: اگر دانشجویی در یک نیمسال میانگین کل نمراتش حداقل ۱۷ باشد، می تواند با نظر دانشگاه در نیمسال بعد حداکثر تا ...

صفحه ۷



اشتباهات شایع

در زندگی دانشجویی

در دانشگاه بر خلاف دبیرستان، منابع زیادی برای مطالعه بیشتر به شما توصیه می شود و برای هر کلاس، ساعت ها مطالعه و آموزش خارج از کلاس لازم است، در حالی که برخی دانشجویان این موضوع را جدی نمی گیرند...

صفحه ۱۰



www.moshaver.atu.ac.ir

خدمات مرکز مشاوره دانشگاه علامه طباطبائی



دانشگاه علامه طباطبائی
معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره

رویشی دوباره در فصلی تازه

کلید خدمات برای دانشجویان رایگان است

- مشاوره در زمینه افسردگی، اضطراب، وسواس، پرخاشگری و...
- مشاوره پیش و پس از ازدواج
- مشاوره تحصیلی و شغلی
- مشاوره خانواده
- مشاوره گروهی و برگزاری کارگاه های آموزشی
- خدمات مددکاری اجتماعی
- خدمات روانپزشکی
- اجرای آزمون های روانشناختی (سنجش هوش، شخصیت، علائق و ...)
- مشاوره توزیع خدمات منابع علمی

تلفن تماس: ۴۷-۴۴۷۳۷۶۴۵؛ نمایر: ۴۴۷۳۷۶۴۶

انتهای بزرگراه همت غرب، دهکده المپیک
پردیس دانشگاه علامه طباطبائی، ساختمان مرکز مشاوره و سلامت



آشنایی با معاونان و مدیران دانشگاه

رئیس دانشگاه

نام: **حسین**
نام خانوادگی: **سلیمی**

مدرک تحصیلی: **دکتری**

رشته تحصیلی: **روابط بین الملل**

گروه آموزشی: **روابط بین الملل**

پست الکترونیک: **salimi@atu.ac.ir**

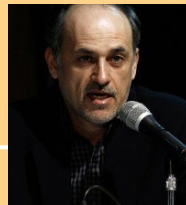
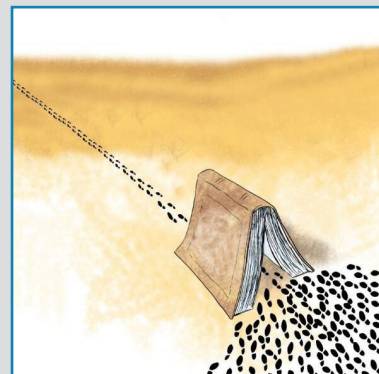
تلفن تماس: **۳ - ۴۴۷۳۷۶۰۲**

فاکس: **۴۴۷۳۷۶۰۴**



معاونان دانشگاه

نام و نام خانوادگی	رتبه علمی	رشته تحصیلی	سمت
دکتر ناصر نادر اللهی	دانشیار	دکترای آمار	معاون آموزشی
دکتر رضامراد صحرانی	دانشیار	دکترای زبان شناسی	معاون دانشجویی
دکتر شجاع احمدوند	دانشیار	دکترای علوم سیاسی	معاون پژوهشی
دکتر عباس عباس پور	دانشیار	دکترای مدیریت منابع انسانی	معاون اداری و مالی
دکتر غلامعلی کارگر	دانشیار	دکترای تربیت بدنی	معاون عمرانی
دکتر غلامرضا ذکیانی	دانشیار	دکترای فلسفه و حکمت اسلامی	معاون فرهنگی و اجتماعی



دانشگاه ادبیات فارسی و زبان های خارجی

رئیس دانشکده:
دکتر علی اصغر مصلح

معاون آموزشی و تحصیلات تکمیلی:
دکتر ایران زاده
معاون پژوهشی:
خانم رقیب دوست
مسئول آموزش: خانم جمیله ابوطالبی
مسئول امور دانشجویی: خانم محضر

مدیران گروه های آموزشی:
گروه فلسفه: دکتر رضا سلیمان حشمت
گروه ادبیات عرب: دکتر مجید صالح بک
گروه زبان انگلیسی: دکتر محمد خطیب
گروه زبان فرانسه: خانم دکتر مرجان فرجاء
گروه زبان اسپانیولی: دکتر نجمه شبیری
گروه مترجمی زبان انگلیسی:
دکتر حسین ملا نظر
گروه ترکی استانبولی: دکتر بیک بابایی
گروه زبان چینی: دکتر مریم مرادی
گروه زبان شناسی: دکتر منشی زاده
گروه زبان و ادبیات فارسی:
دکتر داود اسپرهم

آدرس و شماره تلفن دانشکده:
بزرگراه شهید چمران، بل مدیریت،
خیابان علامه طباطبائی جنوبی.
تلفن: ۹۰۶۹۲۳۴۶
کدپستی: ۱۹۹۷۹۶۷۵۵۶

دانشگاه الهیات و معارف اسلامی

سرپرست دانشکده:
دکتر علی اصغر مصلح

معاون آموزشی: دکتر فخاری
معاون پژوهشی: دکتر احمدی
مسئول آموزش: خانم ترکستانی

مدیران گروه های آموزشی دانشگاه
سرپرست گروه پژوهشی مطالعات بنیادین
قرآن: حجت الاسلام محمد شعبان پور
گروه علوم قرآن و حدیث: دکتر اشرفی
گروه معارف اسلامی: دکتر صالح حس نژاد

آدرس و شماره تلفن دانشکده:
بزرگراه شهید چمران، بل مدیریت،
خیابان علامه طباطبائی جنوبی.
تلفن: ۹۰۶۹۲۳۴۶
کدپستی: ۱۹۹۷۹۶۷۵۵۶



دانشگاه اقتصاد، ریاضی و رایانه

رئیس دانشکده:
دکتر عباس شاکری

معاون آموزشی: دکتر تیمور محمدی
معاون آموزشی دانشکده آمار و ریاضی:
دکتر عبدالرحیم امامچ یزاده
معاون پژوهشی: عبدالرسول قاسمی
مسئول آموزش: خانم حس نژاده
مسئول امور دانشجویی: آقای جعفرزاده
مدیران گروه های آموزشی:
گروه اقتصاد نظری:
دکتر مهنوش عبدال همیلاتی
گروه برنامه ریزی و توسعه اقتصادی:
دکتر علی اصغر بانوئی
گروه اقتصاد بازرگانی:
دکتر جاوید بهرامی
گروه اقتصاد انرژی:
دکتر مسعود درخشان

گروه آمار: دکتر محمدرضا پورطاهری
گروه ریاضی:
دکتر محمود جلوداری ممقانی
گروه رایانه: دکتر محمدرضا اصغری
اسکوبی

آدرس و شماره تلفن دانشکده اقتصاد، ریاضی و رایانه:
خیابان شهید بهشتی، نبش خیابان شهید احمد قصیر
کدپستی: ۱۵۱۳۶۱۵۴۱۱
تلفن: ۶ - ۸۸۷۲۶۳



دانشگاه آموزش عالی بیمه اگو

رئیس دانشکده:
دکتر اتوسا گوردزی

معاون پژوهشی:
دکتر مرتضی اعلیاب صباغی
مسئول آموزش:
خانم زهرا کرملو
مدیر گروه رشته بیمه اگو:
دکتر رضا افقی

آدرس و شماره تلفن دانشکده ی آموزش عالی بیمه اگو:
تهران خیابان شهید دکتر بهشتی،
خیابان خالد اسلامبولی (وزرا)،
کوچه هفتم، شماره ۱۴
کدپستی: ۱۵۱۳۷۱۵۴۱۱
تلفن های تماس: ۸۸۷۱۶۰۴۹ - ۸۸۷۲۶۳۲۷
۸۸۷۲۵۲۱۴ - ۸۸۷۲۵۶۱۴

دانشگاه حسابداری و مدیریت

رئیس دانشکده:
دکتر لعیا الفت

معاون آموزشی و تحصیلات تکمیلی:
دکتر حمید ضرغام
معاون پژوهشی و تحصیلات تکمیلی:
دکتر قاضی نوری
مسئول آموزش: خانم صدیقه مهرایی
مدیران گروه های آموزشی:
گروه مدیریت بازرگانی:
دکتر سیدعلی اکبر افجه ای
گروه مدیریت جهانگردی:
دکتر مهدی کروبی
گروه مدیریت صنعتی: دکتر تقوا
گروه مدیریت دولتی و کارآفرینی:
دکتر حبیب زونساز
گروه حسابداری: دکتر علی تقفی.

آدرس و شماره تلفن دانشکده حسابداری و مدیریت:
انتهای اتوبان شهید همت غرب، دهکده المپیک، پردیس دانشگاه، ساختمان B2
کدپستی: ۱۴۳۴۸۶۳۱۱۱
تلفن: ۱۴ - ۸۸۸۷۳۱۱۶ الی ۸۸۷۷۰۰۱۱



دانشگاه حقوق و علوم سیاسی

رئیس دانشکده:

محمدرضا علومی یزدی

معاون آموزشی: دکتر کیوان حسینی
مسئول آموزش: خانم معصومه سوری
مسئول امور دانشجویی: خانم آقارفعی

مدیران گروه های آموزشی:
گروه حقوق عمومی و بین الملل:
دکتر مهدی رضایی
گروه حقوق خصوصی و اقتصادی:
دکتر محمدرضا پاسبان
گروه حقوق جزا و جرم شناسی:
دکتر حسنعلی موذن زادگان
گروه علوم سیاسی: دکتر غلامعلی رهبر
گروه روابط بین الملل:
دکتر اصغر جعفری ولدانی

آدرس و شماره تلفن دانشکده حقوق و علوم سیاسی:
انتهای اتوبان شهید همت غرب، دهکده المپیک، پردیس دانشگاه، ساختمان B2
کدپستی: ۴۴۱۵۵۸۴۷۷
تلفن های تماس: ۴۴۷۳۷۵۹۱ - ۴۴۷۳۷۱۹



دانشگاه علوم اجتماعی

رئیس دانشکده:
دکتر محمدحسین پناهی

معاون آموزشی: دکتر ابوالقاسم فاتحی
معاون پژوهشی: دکتر محمد شیخی
معاون اداری و مالی: دکتر عال یزاد
مسئول آموزش: خانم رقیه خدایی
مسئول امور دانشجویی:
آقای ملا احمدی.
مدیران گروه های آموزشی:
گروه پژوهشگری اجتماعی:
دکتر اردشیر(علی) انتظاری
گروه مددکاری اجتماعی:
دکتر حسین یحی یزاده پیرسرای
گروه برنامه ریزی اجتماعی:
دکتر محمود جمع هپور
گروه تعاون و رفاه اجتماعی:
دکتر سیدسعیدوصالی
گروه ارتباطات اجتماعی:
دکتر سیدمحمد مهد یزاده
گروه مطالعات زنان:
محمدتقی کرم یققی

آدرس و شماره تلفن دانشکده علوم اجتماعی:
خیابان دکتر شریعتی، سه راه ضرابخانه،
خیابان شهید داوود گل نبی (کتابی)،
نبش کوچه ناصری، قبل از میدان کتابی
پلاک ۱۱
کدپستی: ۱۵۴۴۹ - ۱۵۱۱۳
تلفن: ۴ - ۲۲۲۲۳۰۰۱



دانشگاه علوم ارتباطات (تازه تأسیس)

رئیس دانشکده:

دکتر محمدمهدی فرقانی

معاون آموزشی و پژوهشی:
دکتر سیدمحمد مهدی زاده
معاون اداری و مالی:
دکتر علی رضا عبدالهی نژاد
مسئول آموزش:
خانم حاجیه پاک روان

مدیران گروه های آموزشی دانشگاه
مدیر گروه ارتباطات:
دکتر هادی خانیکی
مدیر گروه روزنامه نگاری:
دکتر علی اصغر کیا
مدیر گروه روابط عمومی:
دکتر حسین علی افخمی

آدرس:
انتهای اتوبان شهید همت غرب، دهکده المپیک، پردیس دانشگاه، ساختمان دانشکده روانشناسی سابق
تلفن تماس: ۴۴۷۳۷۵۱۰ - ۴۴۷۳۷۵۱۱

فرصت یاری یکدیگر



دانشگاه روانشناسی و علوم تربیتی



رئیس دانشکده:
دکتر احمد برجلی

معاون آموزشی: دکتر محمدرضایی
معاون پژوهشی: دکتر فرامرز سهرابی
معاون اداری و مالی دانشجویی:
دکتر شرفی در آمدی
مسئول آموزش:
خانم رضوان باباجانی
مسئول امور دانشجویی: آقای پسرعلی
مدیران گروه های آموزشی:
گروه روانشناسی تربیتی:
دکتر نورعلی فرخی
گروه روان شناسی تربیتی:
دکتر اسماعیل سعدی پور
تکنولوژی آموزشی:
دکتر اسماعیل زارع بزوارکی
مدیریت و برنامه ریزی آموزشی:
دکتر حسن ملکی
روانشناسی کودکان استثنائی:
دکتر شهبلا پزشک

روانشناسی بالینی و عمومی:
دکتر حسین اسکندری
گروه راهنمایی و مشاوره:
دکتر کیومرث فرحبخش
گروه آموزشی علم اطلاعات و دانش شناسی: دکتر عصمت مؤمنی
آموزش و پرورش و فلسفه تعلیم و تربیت اسلامی: آقای دکتر بهشتی
مدیر گروه آموزش و پرورش:
خانم دکتر فیاضی

آدرس و شماره تلفن دانشکده:
بلوار دهکده المپیک، تقاطع بزرگراه شهیدهمت غرب، ساختمان B3
تلفن: ۱۹ - ۴۴۷۳۷۵۱۰



دانشگاه تربیت بدنی

رئیس دانشکده:
دکتر حبیب هنری

معاون آموزشی و تحصیلات تکمیلی
دانشکده: آقای دکتر غفوری فرد
مسئول آموزش: آقای دکتر موحدی
مسئول پژوهشی: آقای قصوری
مدیر گروه مدیریت ورزشی:
آقای دکتر شهبلائی
مدیر گروه رفتار حرکتی: دکتر زارعیان
مدیر گروه آسیب شناسی و حرکات اصلاحی: آقای دکتر بلوچی

آدرس دانشکده تربیت بدنی:
ضلع غربی استادبوم آزادی، روبروی هتل المپیک دانشکده تربیت بدنی دانشگاه علامه طباطبائی
کدپستی: ۱۴۸۹۶۸۴۵۱
تلفن: ۳۰ - ۴۴۱۱۸۶۲

مهار زمان سرکش



هرشب ۱۰ دقیقه پیش از خواب مروری بر برنامه خود داشته باشید و ببینید کدام فعالیت طبق برنامه پیش نرفته است و چرا؟

کدام فعالیت را به اتمام رسانیده‌اید؟
فعالیت باقیمانده از روز جاری خود را ارزیابی کنید و براساس اولویت (۱) و (۲) و (۳) در برنامه‌های روزهای بعد خود جای دهید. برنامه فردا را مطابق با اولویت‌هایتان تدوین کنید.
این کار کمک می‌کند احساس کنید به روزتان تسلط دارید.

ناشنوایان واقعی کسانی هستند که نمی‌خواهند بشنوند

ضرب المثل آفریقائی

سال نهم / شماره هجدهم/ مهرماه ۱۳۹۴ / ۸ صفحه

هدف اصلی کتابخانه مرکزی، گردآوری منابع علمی و آموزشی و اشاعه اطلاعات در جهت تقویت برنامه های آموزشی و پژوهشی دانشگاه است

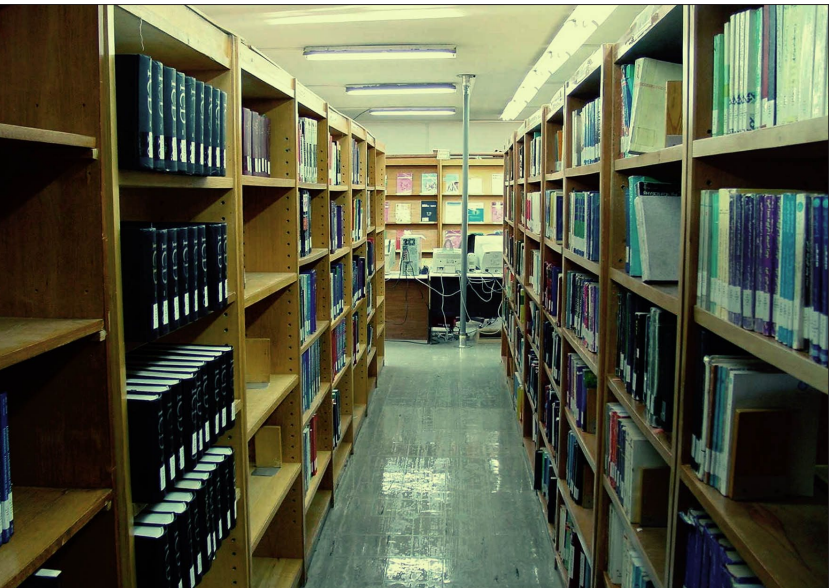
آشنایی با کتابخانه مرکزی دانشگاه علامه طباطبائی

و قابل توجهی در فضای مجازی داشته باشد. طراحی و ایجاد نخستین کتابخانه دیجیتال استاندارد وزارت عالی در زمینه علوم انسانی، کتابخانه های دانشگاه علامه طباطبائی فعالیتهای اطلاع رسانی خود را در چارچوب رشته های این دانشگاه تداوم بخشیدند. این دانشگاه علاوه بر کتابخانه مرکزی، دارای هشت کتابخانه دانشکده ای نیز می باشد. کتابخانه مرکزی دانشگاه علامه طباطبائی (ره) یکی از غنی ترین کتابخانه های کشور در حوزه علوم انسانی به شمار می آید. اگر چه این کتابخانه از لحاظ فضا، نیروی انسانی، و تجهیزات با استانداردهای کتابخانه های دانشگاهی ایران فاصله دارد، اما از لحاظ تعداد و کیفیت مجموعه، پاسخگوی بسیاری از نیازهای اطلاعاتی پژوهشگران علوم انسانی است. مجموعه این کتابخانه با بیش از ۷۲/۰۰۰ هزار عنوان کتاب چاپی فارسی، بیش از ۳۶/۰۰۰ عنوان کتاب لاتین، بیش از ۲۰/۰۰۰ هزار پایان نامه فارسی و لاتین، و بیش از ۲۵۰/۰۰۰ شیء دیجیتالی (شامل کتاب، مقاله، پایان نامه، طرح پژوهشی، مواد دیداری و



شنیداری، استاندارد، و اشیای دیگر)، مجموعه ای کم نظیر را در حوزه علوم انسانی تشکیل می دهد. کتابخانه مرکزی شامل بخشهای: مرجع و امانت، فهرست نویسی، پایان نامه، اطلاع رسانی، نشریات، اسناد بوده است که از سال ۱۳۹۲ تا کنون، با لطف خداوند متعال، پشتیبانی مدیریت محترم دانشگاه، و همکاری بی دریغ کتابداران خود سعی نموده با نزدیک نمودن خود به استانداردهای کتابخانه های دانشگاهی ایران از بعد فضا، نیروی انسانی، باز تعریف و بهبود فرایندها، و تجهیزات، ایجاد بخشهای جدید مانند “بخش خدمات مرجع الکترونیکی”، “خدمات میز مرجع یا گفتگوی آنلاین”، و “مجموعه های اهدایی”، حضور چشمگیر

شندیداری، استاندارد، و اشیای دیگر)، مجموعه ای کم نظیر را در حوزه علوم انسانی تشکیل می دهد. کتابخانه مرکزی شامل بخشهای: مرجع و امانت، فهرست نویسی، پایان نامه، اطلاع رسانی، نشریات، اسناد بوده است که از سال ۱۳۹۲ تا کنون، با لطف خداوند متعال، پشتیبانی مدیریت محترم دانشگاه، و همکاری بی دریغ کتابداران خود سعی نموده با نزدیک نمودن خود به استانداردهای کتابخانه های دانشگاهی ایران از بعد فضا، نیروی انسانی، باز تعریف و بهبود فرایندها، و تجهیزات، ایجاد بخشهای جدید مانند “بخش خدمات مرجع الکترونیکی”، “خدمات میز مرجع یا گفتگوی آنلاین”، و “مجموعه های اهدایی”، حضور چشمگیر



وظایف

- آموزش مراجعین برای استفاده صحیح و بهینه از مجموعه کتابخانه ها، بانک های اطلاعاتی و کتابخانه دیجیتال،
- کتابخانه مرکزی گام های مؤثری برای دسترس پذیر کردن اطلاعات چاپی و الکترونیکی برداشته است.
- کتابخانه مرکزی در مرداد ماه ۱۳۹۴ به پردیس المپیک و به ساختمان روانشناسی (سابق) واقع در انتهای اتوبان همت دهکده المپیک بلوار ورزش انتقال یافت و هم اکنون آماده خدمات رسانی به مراجعان می باشد.
- مجموعه کتابخانه مرکزی دانشگاه می توان به موارد زیر اشاره کرد:
- گردآوری منابع علمی چاپی و الکترونیکی
- سازماندهی منابع
- اطلاع رسانی به روشهای گوناگون
- مشارکت در طرح های ملی اطلاع رسانی واشتراک منبع
- مکانیزه کردن فعالیتهای کتابخانه ای جهت سرعت بخشیدن به ذخیره و بازیابی اطلاعات
- ایجاد زمینه‌های مناسب برای مشارکت در سیستم‌های بین المللی اطلاع رسانی

آشنایی با جایگاه و وظایف شورای انضباطی دانشگاه

به نام خدا

حتماً در کنار خانواده یا دوستان برای رسیدن به یک مقصد مهم از جاده‌های پر پیچ خم عبور کردی؟ در این مسیر متوجه شدی اگر تابلوهای راهنما و علائم هشدار دهنده نبود، هر آن خطر سقوط و نابودی و در نهایت توقف همیشگی در وسط راه وجود داشت. دوستان، شما وارد مسیر جدید و گاهی ناشناخته برای رسیدن به هدفی بزرگ شده‌اید، پس برای به سلامت رسیدن نیاز به تابلوهای راهنما و علائم هشدار دهنده دارید. در دانشگاه و زندگی جدید شما این تابلوها و علائم هشدار دهنده، قوانین و ضوابط دانشگاه است و آئین‌نامه شورای انضباطی یکی از آن‌هاست (خرسند نستیم از اینکه بگویم بعضی‌ها به این علائم و هشدارها توجه نکردند و برای همیشه در وسط راه متوقف شدند).

ما (شورای انضباطی) وظیفه داریم زمینه آگاهی هر چه بیشتر شما را از این قوانین فراهم نمائیم، بنابراین شرح مختصری از آئین‌نامه شورای انضباطی در زیر تقدیم می‌داریم:

الف) جایگاه شورای انضباطی

شورای انضباطی از نظر اداری در حوزه معاونت دانشجویی قرار دارد، اما از نظر بررسی پرونده‌ها و رسیدگی به تخلفات و صدور آراء کاملاً مستقل بوده و بر اساس مصوبهٔ شورای عالی انقلاب فرهنگی و شیوه نامهٔ وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری عمل می‌کند.

ب) نحوه رسیدگی به تخلفات

پس از وصول گزارش از میدای مختلف به دبیرخانه در صورت محرز بودن تخلف، پرونده خاطی جهت رسیدگی نهایی و صدور حکم در شورای بنوی طرح می‌گردد، و اگر فرد محکوم شد می‌تواند ظرف مهلت ده روز از ابلاغ رای نسبت به آراء صادره تجدید نظر خواهی کند.

ج) حدود اختیارات شورای انضباطی

۱- رسیدگی به جرائم عمومی شامل: تهدید، تملیع، توهین، ضرب و جرح، جعل (اسناد یا عناوین)، سرقت و… در داخل و خارج دانشگاه

۲- رسیدگی به تخلفات آموزشی و اداری از قبیل: تقلب، فرستادن اشخاص دیگر به جای خود در امتحان، ارتکاب هر فعلی که موجب اختلال یا وقفه یا مزاحمت در اجرای برنامه‌های دانشگاه یا خوابگاه شود، ایراد خسارت به اموال دانشگاه، عدم رعایت مقررات دانشگاه

د) تخلفات اخلاقی از قبیل

عدم رعایت شئون دانشجویی: استفاده از لوح ها یا فایل های صوتی تصویری مستجن یا مداخله در خرید و فروش و تکثیر و توزیع آنها– استفاده یا توزیع یا تکثیر کتب، مجلات، عکس‌های مستهجن یا آلات لهو و لعب– استعمال مواد مخدر یا شرب خمر یا قمار و یا مداخله در خرید و فروش این گونه مواد– استعمال دخانیات در دانشگاه– داشتن رابطه نامشروع– تشکیل یا شرکت در محفل‌های نامشروع– عدم رعایت پوشش اسلامی یا استفاده از پوشش یا آرایش متنبل(متن کامل و جزئیات آئین‌نامه پوشش در معابر دانشکده‌ها نصب و در سایت دانشگاه درج گردیده است)

ز) تنبیهات

احضار و اخطار شفاهی، تذکر کتبی بدون درج در پرونده، تذکر کتبی و درج آن در پرونده، توبیخ کتبی و درج آن در پرونده دانشجو، دادن نمرهٔ ۰/۲۵ در درس مورد امتحان، محرومیت از تسهیلات رفاهی دانشگاه (از قبیل خوابگاه، وام و…) منع موقت از تحصیل حداکثر تا دو نیمسال که می‌تواند در سنوات تحصیلی نیز محاسبه شود.

شرح تکمیلی آئین نامه و جزئیات آن در سایت دانشگاه بخش معاونت دانشجویی درج گردیده است.

دبیرخانه شورای انضباطی دانشگاه

عاقل همه ی آنچه را که می‌داند نمی‌گوید ، ولی آنچه را که می‌گوید می‌داند

سال نهم / شماره هجدهم/ مهرماه ۱۳۹۴ / ۸ صفحه

– برگزاری کرسی های آزاد اندیشی، نقد و مناظره

– برگزاری نشست های علمی و معرفی با عنوان

حلقه‌های معرفت در دانشکده‌ها و خانه‌های دانشجویی

– برگزاری نمایشگاه های فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و مذهبی مختلف

– انتشار ماهنامه، گاهنامه و ویژه نامه های مناسبی

– برگزاری جشنواره ها و مسابقات فرهنگی

–اعزام مبلغین به دانشکده‌ها و خانه های دانشجویی

– همکاری با تشکل ها و کانون های دانشجویی

– برگزاری مراسم از دواج دانشجویی

– فعالیت در فضای نشریات مکتوب و مجازی

–برگزاری اتاق فکر دانشجویی جهت استفاده از نظرات دانشجویان در پیشبرد اهداف.

کانون بچه های مسجد

این مجموعه با همت جمعی از دانشجویان و زیر نظر عمیق فرهنگی در راستای رشد و توسعه اندیشه‌ها و آگاهی های دینی و اسلامی دانشجویان و دانشجویان

۲– ایجاد و تقویت روحیه تحرک و مشارکت فعال دانشجویان و دانشگاهیان درعرصه فعالیت های سیاسی، اجتماعی و فرهنگی در سطح جامعه و دانشگاه‌ها.

۱– تأکید و تلاش جدی بر حرکت زیربنایی و عمیق فرهنگی در راستای رشد و توسعه اندیشه‌ها و آگاهی های دینی و اسلامی دانشجویان و دانشجویان

۲– ایجاد و تقویت روحیه تحرک و مشارکت فعال دانشجویان واجد شرایط می‌توانند در زمان‌های مشخص

شده، ثبت نام نموده و از سفر معنوی مشهد بهره مند گردند. ضمناً دانشجویان از کارگاه‌های آموزشی ویژه

توسعه و تشویق فعالیت های بین المللی دانشجویان دانشگاه و حمایت از دانشجویان دانشکاه برای حضور در مجامع علمی خارج از کشور در چارچوب آئین نامه ها

تسهیلات مدیریت همکاری های بین المللی دانشگاه برای سفرهای علمی دانشجویی

تکمیلی است و با اردوهای دانشجویی متفاوت است)
۱٫۲ دارا بودن دعوت نامه از دانشگاه، مرکز و یا مؤسسه آموزش عالی خارج از کشور، یا یکی از اعضای هیأت علمی دانشگاه مقصد و یا دعوت رسمی سفیر، رایزن علمی و یا رایزن فرهنگی ج. ا. ایران در کشور مقصد.

شرکت دانشجویان تحصیلات تکمیلی در کارگاه‌ها و دوره های کوتاه مدت آموزشی– پژوهشی بین المللی
ماده ۱. شرایط متقاضی

۱–۱ دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد یا دکتری که دست کم یک ترم از تحصیل وی در آن مقطع گذشته باشد

۱–۲ ارایه تاییدیه اخلاقی و علمی از دو عضو هیات علمی دانشکده

مدیریت همکاری های علمی بین المللی به عنوان یکی از مدیریت های معاونت پژوهشی دانشگاه علامه طباطبائی با هدف توسعه و تشویق فعالیت های بین المللی دانشجویان دانشگاه در چارچوب آیین نامه های منون، از دانشگاه مقصد و یا دعوت رسمی سفیر، رایزن علمی و یا رایزن فرهنگی ج. ا. ایران در کشور مقصد.

۱–۳ ارایه معرفی نامه از سوی رئیس دانشکده طباطبائی با هدف توسعه و تشویق فعالیت های بین المللی دانشجویان دانشگاه در چارچوب آیین نامه های منون، از دانشگاه مقصد و یا دعوت رسمی سفیر، رایزن علمی و یا رایزن فرهنگی ج. ا. ایران در کشور مقصد.

۱–۴ دارا بودن دست کم میانگین نمرات ۱۷ یا پذیرش/ انتشار یک مقاله با نمایه ISI یا Scopus یا علمی– پژوهشی داخلی

۱–۵ آشنایی کافی به زبان کارگاه.

سفرهای کوتاه مدت دانشجویان کارشناسی ارشد و دکتری به همایش‌های خارج از کشور
مادهٔ ۱– شرایط عمومی همایش و مقاله

۱–۱) مقالهٔ مورد نظر نباید قبلاً در همایش علمی دیگری در خارج یا داخل کشور ارائه شده باشد.

۱–۲) تصریح نام و نشانی دانشگاه، نام دانشکده، نام گروه، نام دانشجوی متقاضی به همراه نام یکی از اعضای هیات علمی دانشگاه علامه طباطبائی به لاتین

در مقاله‌ای که ارائه می‌شود، ضرورت دارد و نویسنده مسئول(Corresponding Author) باید عضو هیات علمی دانشگاه علامه طباطبائی باشد. نگارش درست نام دانشگاه به انگلیسی الزامی است.

طباطبائی(بازدید علمی مختص دوره های تحصیلات

با هدفی متعالی و در راستای ایجاد دانشگاه مؤمن و متعهد به هدایت الهی و در راستای تبیین ارزش های اسلامی و تعمیق آگاهی های دینی و اعتقادی دانشجویان

آشنایی با نهاد مقام معظم رهبری در دانشگاه

زوجین استفاده می نمایند.

مسئول نهاد مقام معظم رهبری در دانشگاه علامه طباطبائی:

حجت الاسلام و المسلمین مرضی شهمیری معاون نهاد رهبری:

حجت الاسلام و المسلمین علی سلگی مدیر اجرایی و عامل ذی‌حساب نهاد رهبری:

جناب آقای اکبر آخوندی مسئول واحد خواهران: مهدیه السادات میریان سایت نهاد رهبری:

www.allameh.masjedun.com

آدرس دفتر مرکزی نهاد رهبری: انتهای بزر گراه همت، دهکده المپیک، پردیس دانشگاه علامه طباطبائی، سازمان مرکزی

شماره تماس: ۴۴۷۳۷۵۵۶
فکس: ۴۴۷۳۷۵۵۷

- هدایت پایان‌نامه‌ها در جهت رفع نیازهای صنعت و جلمعه

- گسترش کمی وارتنقای کیفی پژوهش‌های دانشجویی به منظور رفع مشکلات بخش‌های مختلف جامعه و سازمان‌ها
- استفاده از ظرفیت‌های علمی و پژوهشی دانشجویان تحصیلات تکمیلی به منظور رفع نیازهای تحقیقاتی سازمان‌ها

- ایجاد انگیزه در دانشجویان به منظور تدوین پایان‌نامه یا رسالهٔ خود در جهت اولویت‌های پژوهشی دانشکاه و سازمان‌های اجرایی

دفتر ارتباط با صنعت و جامعه از طریق ارتباط با سازمان‌ها، ارگان‌ها و مراکز صنعتی ضمن جمع‌آوری اولویت‌های پژوهشی ایشان در زمینهٔ حمایت از پایان‌نامه‌ها و طرح‌های پژوهشی، اقدام به دسته‌بندی اولویت‌ها بر حسب حوزه‌های موضوعی می‌کند.

این اولویت‌ها علاوه بر این که بر حسب موضوع به دانشکده‌ها اطلاع‌رسانی می‌شود در قالب کتاب تدوین شده و در اختیار اساتید و دانشجویان قرار می‌گیرد.

علاوه بر اولویت‌های پژوهشی سازمان‌ها در صورتی که دانشجویان مقاطع تحصیلی کارشناسی ارشد و دکتری موضوعاتی از قبیل: قرآن‌پژوهی، بومی‌سازی علوم انسانی، هویت و وحدت ملی، مطالعات بین‌رشته‌ای، اصلاح الگوی مصرف و مطالعات فلسطین را به عنوان موضوع پایان‌نامه و رساله انتخاب کنند از حمایت مالی دانشکاه برخوردار خواهند بود.

هم‌چنین دانشجویانی که در طول دوران تحصیل خود، کتب و مقالاتشان را با نام دانشگاه علامه طباطبائی به چاپ می‌رسانند، می‌توانند از وجه تشویقی بهره‌مند شوند. فراخوان تشویق در سه تاریخ ۱۵ اردیبهشت، آبان و دی ماه هر سال از طریق معاونت پژوهشی به دانشکده‌ها اعلام شده و به دانشجویان اطلاع‌رسانی می‌شود. نویسندگان می‌توانند تا دو هفته پس از اعلام فراخوان، آثار خود را همراه با مستندات و مدارک مربوطه به کارشناس پژوهشی دانشکده تحویل دهند.

دانشجویان می‌توانند به منظور آگاهی دقیق از چگونگی فرایند حمایت از پایان‌نامه‌ها، تشویق آثار و هسته‌های پژوهشی به سایت معاونت پژوهشی:

- هدفمندسازی پایان‌نامه‌ها و رساله‌ها به منظور اجرای سیاست‌های علمی مندرج در اسناد بالادستی

اطلاعات جامع دانشجویی در سایت معاونت دانشجویی دانشگاه با هدف بهره مندی هرچه بهتر از تسهیلات رفاهی برای دانشجویان گرامی منظور شده است

آشنایی با اداره رفاه دانشجویان

اشتغال به کاری که مستلزم دریافت اجرت (به غیر از کار دانشجویی) باشد.

۴. اخذ حداقل تعداد واحدهای آموزشی طبق مقررات آموزشی دانشجوی تمام وقت
۵. مشروط نبودن دانشجو در دو نیمسال تحصیلی متوالی
۶. سپردن تعهد نامه محضری با ضامن معتبر طبق فرم مربوط

اداره رفاه دانشجویان دانشگاه همانند پل ارتباطی

بین عزیزان دانشجو و صندوق رفاه دانشجویان وزارت علوم تحقیقات و فناوری بوده و شما می‌توانید به نسبت اعتبارات وام‌ها و سایر امکاناتی که آن صندوق به این دانشگاه اختصاص می‌دهد از مزایای آن استفاده نمائید.

با توجه به محدودیت اعتبارات، وام‌های دانشجویی به دانشجویان مستعد و واجد شرایط و شافل به تحصیل پرداخت می‌شود.



نحوه استفاده از تسهیلات رفاهی دانشجویان عزیز پس از ثبت نام و انتخاب واحد و همزمان با شروع کلاس‌های درس براساس اطلاعیه‌های اعلام شده به امور دانشجویی دانشکده‌ها جهت تشکیل پرونده دانشجویی، مراجعه و نسبت به تکمیل تقاضانامه وام تحصیلی و مسکن و... اقدام نمایند. بدیهی است آئین نامه‌های اعطای وام دانشجویی توسط صندوق رفاه دانشجویان بطور مفصل در تابلوی اعلانات یا سایت معاونت دانشجویی آگهی خواهد شد. لذا دانشجو موظف است قبل از تکمیل تقاضانامه، آئین نامه‌های مذکور را به دقت مطالعه و در صورت واجد شرایط بودن به مسئول امور دانشجویی دانشکده مراجعه و تقاضانامه خود را تکمیل و تحویل نمایند. لازم به ذکر است همزمان با افتتاح حساب بانکی(تجارت کارت) طبق مفاد آئین نامه صندوق رفاه، دانشجویانی که از وام‌های صندوق بهره‌مند می شوند لازم است نسبت به تکمیل فرم تعهدنامه محضری، مربوط به باز پرداخت وام‌ها اقدام نمایند.

الف – شرایط عمومی و آموزشی:

۱. دارا بودن صلاحیت اخلاقی و رعایت شئونات دلشجویی
۲. دارا بودن اولویت نیاز مالی
۳. عدم استفاده از وام، کمک یا بورس تحصیلی و عدم اشتغال به کاری که مستلزم دریافت اجرت (به غیر از کار دانشجویی) باشد.
۴. اخذ حداقل تعداد واحدهای آموزشی طبق مقررات آموزشی دانشجوی تمام وقت
۵. مشروط نبودن دانشجو در دو نیمسال تحصیلی متوالی
۶. سپردن تعهد نامه محضری با ضامن معتبر طبق فرم مربوط

*** مدت استفاده از وام‌ها**

برای دانشجویان مقطع کارشناسی حداکثر ۸ نیمسال تحصیلی، کارشناسی ارشد حداکثر ۴ نیمسال تحصیلی و دکتری حداکثر ۸ نیمسال تحصیلی خواهد بود.

مربی لایق کسی است که از غریزه عشق به کمال و ترقی‌خواهی کودک استفاده کند. امام علی^(ع)

سال نهم / شماره هجدهم/ مهرماه ۱۳۹۴ / ۸ صفحه

دانشجویانی که دارای سوابق ورزشی هستند، می‌توانند با عضویت در تیم های ورزشی دانشگاه در تمرینات و مسابقات دانشگاه‌های کشور حضور یابند

آشنایی با برنامه های تربیت بدنی دانشگاه



سنجش وضعیت بدن خود نمایند

۶. انجمن‌های ورزشی دانشجویی: دانشجویان ورزشکار می‌توانند با عضویت در انجمن ورزشی دانشجویی در برگزاری و توسعه فعالیت های ورزشی در دانشگاه نقش مهمی داشته باشند. این مدیریت اقام به برگزاری انتخابات انجمن های ورزشی در بین دانشکده‌ها و خوابگاه‌ها نمود که تعدادی از دانشجویان به عنوان انجمن و رابطا ورزشی انتخاب شدند.

۷. برگزاری کارگاه‌ها و سمینارها: کسب اطلاع و آگاهی نسبت به فواید فعالیت های بدنی و ورزشی و نیز آشنایی با نحوه بهره‌برداری مفید از ورزش و فعالیت‌های بدنی در زندگی دانشجویان و دانشگاهیان از دیگر فعالیت‌های مدیریت تربیت بدنی دانشگاه است و به این لحاظ برگزاری کارگاه‌ها، سمینارها و سخنرانیها در دانشگاه و خوابگاه‌ها هرساله در دستور کار این مدیریت قرار دارد و دانشجویان علاقمند می‌توانند با حضور در آن از موابه آن استفاده کنند.

۸. کلاس‌های آب درمانی : یکی از فعالیت های انجام شده در مجموعه استخر دانشگاه برگزاری کلاس آب درمانی زیر نظر یکی از اساتید محترم علمی تربیت بدنی می‌باشد.

اماکن ورزشی تحت نظر مدیریت تربیت بدنی: (الف) مجموعه ورزشی پردیس مرکزی شامل بخش های

زیر است:

سالن چند منظوره، سالن تنیس روی میز، سالن کشتی سالن بدنسازی، سالن تیراندازی، مرکز تندرستی و مشاوره ورزشی، سالن کنفرانس و بخش اداری.

(ب) مجموعه استخر و سونای دانشگاه: این مجموعه شامل بخشهای زیر است:

استخر شای آموزشی و تفریحی، سونای بخار ، استخر آب درمانی، سالن بدنسازی، سونای خشک.

(ج) سالن ورزش دانشکده ادبیات
(د) سالن ورزش خوابگاه سلامت
(ه) سالن ورزش دانشکده اقتصاد
(و) سالن ورزش و سالن بدنسازی خوابگاه همت
(ز) سالن بدنسازی و تنیس روی میز و زمین روباز خوابگاه مطهری

(ح) اتاق‌های ورزشی خوابگاه‌های ولیعصر، شهید عضدی، شهید ورامینی و... .

به نیکی گرای و میازار کس / ره رستگاری همین است و بس

سال نهم / شماره هجدهم/ مهرماه ۱۳۹۴ / ۸ صفحه

واحدهای باقی مانده را در یک نیمسال انتخاب کند.

تبصره ۵– ارائه دروس پیش نیاز دانشگاهی و چگونگی اجرای آن ها در دانشگاه ها، از هر حیث مانند دروس دانشگاهی و تابع مقررات آموزش عالی است. نمره این دروس در کارنامه دانشجو ثبت و در میانگین نمرات پایان نیمسال و همچنین در میانگین کل نمرات دانشجو، محاسبه می‌شود و در مشروطی، قبولی یا ردی دانشجو نیز تأثیر دارد.

تبصره ۶– به حداکثر طول دوره تحصیل دانشجویانی که حداقل ۸ واحد از دروس پیش نیاز دانشگاهی را گذرانده باشند، یک نیمسال تحصیلی افزوده می‌شود.

ماده ۱۳- حداکثر مدت مجاز تحصیل در دوره های کاردانی و کارشناسی ناپیوسته ۳ سال و در دوره‌های کارشناسی پیوسته ۶ سال است. در صورتی که دانشجو نتواند واحدهای دوره را در حداکثر مدت مجاز تحصیل با موفقیت بگذراند، از دانشگاه مربوط اخراج می‌شود.

ماده ۱۴- حضور دانشجو در تمام جلسات مربوط به هر درس الزامی است و ساعات غیبت دانشجو در هر درس نباید از سه شانزدهم مجموع ساعات آن درس تجاوز کند، در غیر این صورت نمره دانشجو در آن درس صفر محسوب می‌شود.

تبصره ۱– در صورتی که غیبت دانشجو در هر درس بیش از سه شانزدهم باشد، ولی غیبت او موجه تشخیص داده شود، آن درس حذف می‌شود. در این حال رعایت حد نصاب ۱۲ واحد در طول نیمسال، برای وی الزامی نیست. ولی نیمسال مذکور به عنوان یک نیمسال کامل جزو سنوات تحصیلی دانشجو محسوب می‌شود.

تبصره ۱– در صورتی که غیبت دانشجو در هر درس بیش از سه شانزدهم باشد، ولی غیبت او موجه تشخیص داده شود، آن درس حذف می‌شود. در این حال رعایت حد نصاب ۱۲ واحد در طول نیمسال، برای وی الزامی نیست. ولی نیمسال مذکور به عنوان یک نیمسال کامل جزو سنوات تحصیلی دانشجو محسوب می‌شود.

ماده ۱۵- غیبت غیر موجه در امتحان هر درس به منزله گرفتن نمره صفر در امتحان آن در س است و غیبت موجه در امتحان هر درس موجب حذف آن درس می گردد.

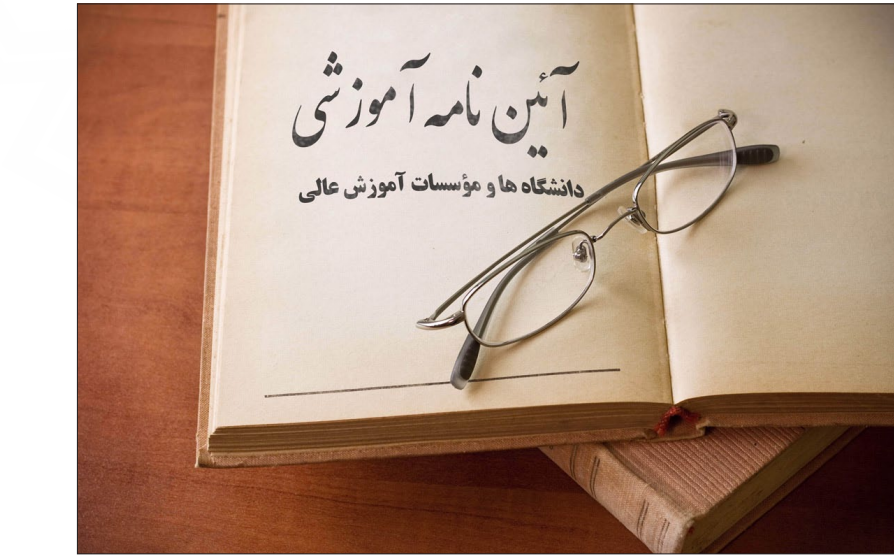
ماده ۱۶- تشخیص موجه بودن غیبت در جلسات درس و در امتحان، بر عهده شورای آموزشی دانشگاه یا کمیته منتخب آن شورا است.

ماده ۲۷- میانگین نمرات دانشجو در هیچ نیمسال تحصیلی نباید کمتر از ۱۲ باشد در غیر اینصورت، نام نویسی دانشجو در نیمسال بعد، به صورت مشروط خواهد بود.

ماده ۲۸- دانشجویی که به صورت مشروط نام نویسی می کند جز در آخرین نیمسال تحصیلی حق بیش از انتخاب ۱۴ واحد درسی در آن نیمسال را ندارد.

ترک تحصیل بدون کسب اجازه از دانشگاه محل تحصیل، انصراف از تحصیل محسوب می‌شود و دانشجوی منصرف از تحصیل ندارد

آشنایی با برخی نکات آئین نامه آموزشی دانشگاه ها و مؤسسات آموزش عالی



مرخصی تحصیلی

ماده ۲۳- دانشجو می تواند در دوره کارشناسی ناپیوسته برای ۱ نیمسال و کارشناسی پیوسته برای دو نیمسال متوالی یا متناوب از مرخصی تحصیلی استفاده کند.

ماده ۲۴- تقاضای مرخصی تحصیلی باید به صورت کتبی، حداقل دو هفته از شروع نام نویسی هر نیمسال توسط دانشجو به اداره آموزش دانشکده یا دانشگاه تسلیم گردد.

ماده ۲۵- ترک تحصیل بدون کسب اجازه از دانشگاه محل تحصیل، انصراف از تحصیل محسوب می‌شود و دانشجوی منصرف از تحصیل، حق ادامه تحصیل ندارد.

دانشجویان ممتاز (استعدادهای درخشان)

ماده ۱- دانشجویانی که می توانند از مزایای این آیین‌نامه بهره مند شوند ، عبارتند از :

الف- برگزیدگان آزمون سراسری، با معرفی سازمان سنجش آموزش کشور

ب- برگزیدگان المپیادهای علمی دانش آموزی کشور با معرفی وزارت آموزش و پرورش (موضوع مصوبات شورای عالی انقلاب فرهنگی با عنوان پذیرش دانش‌آموزان برگزیده در دانشگاه ها بدون شرکت در آزمون سراسری)

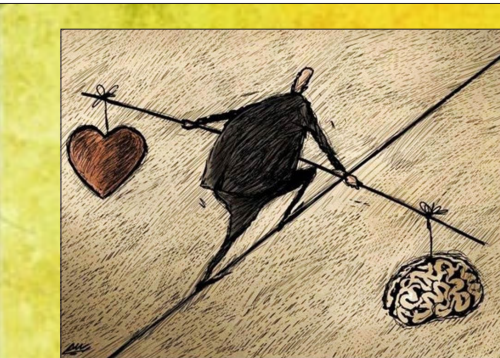
ج- برگزیدگان جشنواره های خوارزمی با معرفی سازمان پژوهش های علمی و صنعتی ایران

تبصره ۱– برگزیدگان آزمون سراسری موضوع بند الف، کسانی هستند که مجموع نمرات آکنشایی آن ها در آزمون سراسری حداقل دو نیم انحراف معیار از میانگین نمرات در گروه آزمایشی مربوط بالاتر باشد.

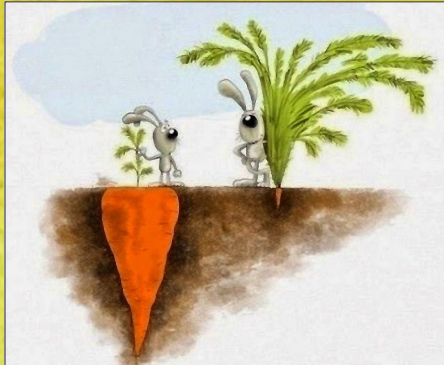
ماده ۴- دانشجوی ممتاز می تواند برخی از دروس عمومی و پایه را بنا به پیشنهاد استاد مشاور و تأیید مدیر گروه آموزشی مربوط، بدون شرکت در کلاس در ابتدای نیمسال تحصیلی امتحان دهد. این دروس جزو حد نصاب واحد های دانشجو در آن نیمسال تحصیلی منظور نمی گردد.

ماده ۵- دانشجوی ممتاز می تواند با تأیید استاد مشاور برخی از دروس مورد علاقه خود را با معرفی دانشکده محل تحصیل خود، در دانشکده یا دانشگاه دیگری بگذراند.

ماده ۱۲- دانشگاه می تواند با درخواست دانشجوی ممتاز برای «تحصیل همزمان در دو رشته تحصیلی» پس از تأیید استاد مشاور موافقت نماید. ■



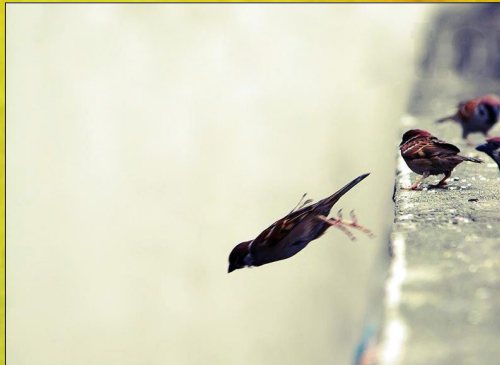
تبادل درزندگی، کلید همه چیز است...



موقفیت، همیشه آطور هم که به نظر می رسد نیست...



تغییر نگرش؛ من اگر بخواهم، می توانم...



برای رسیدن به موقفیت گاهی لازم است اندکی ریسک کرد...

هر چه دانشجو مهارت‌های تحصیلی و مطالعه بیشتر و قوی‌تری داشته باشد، با صرف وقت و انرژی کمتر به پیشرفت و موفقیت تحصیلی بیشتری دست می‌یابد

تحصیل در دانشگاه



با آنکه زندگی دانشجویی محدود به تحصیل و درس خواندن نیست و دانشجویان باید در برنامه‌ها و فعالیت‌های مختلف مشارکت فعالی داشته باشند و به رشد شخصیت و مهارت‌های فردی خود بپردازند، با این وجود، تحصیل و مطالعه یکی از برنامه‌های اساسی زندگی دانشجویی است. در بسیاری از اوقات مشکلات تحصیلی دانشجویان ناشی از مسائل درسی نیست، بلکه ناشی از مشکلات بهداشت روانی آنان است. مانند وجود افسردگی یا مشکلات ارتباطی با دوستان و همسالان. با این حال، هر چه دانشجو مهارت‌های تحصیلی و مطالعه بیشتر و قوی‌تری داشته باشد، با صرف وقت و انرژی کمتر به پیشرفت و موفقیت تحصیلی بیشتری دست می‌یابد. مهارت‌های مطالعه، فنون ویژه‌ای هستند که از آنها برای اکتساب، نگهداری و ارائه اطلاعات استفاده می‌شود. هر چه افراد مهارت مطالعه را بهتر بدانند و از آن به طور صحیح استفاده کنند، میزان پیشرفت تحصیلی آنان افزایش می‌یابد.

تفاوت‌های تحصیل در دبیرستان و دانشگاه

۱. حجم بالای مطالب درسی
۲. محوریت دانشجو و نه استاد در تحصیل
۳. تأکید بر مشارکت دانشجویان در آموزش
۴. فقدان نظارت بر نحوه مطالعه دانشجو
۵. نظارت نه چندان قوی بر حضور و غیاب دانشجو
۶. تأکید بر کارهای عملی و تهیه مقالات
۷. ضرورت استفاده از متون غیر فارسی
۸. متعدد بودن و یا پراکندگی متون و منابع درسی

مهارت مدیریت زمان

منظور از مهارت مدیریت زمان، مجموعه مهارت‌ها، ابزار و تکنیک‌هایی است که برای زمان‌بندی بهینه انجام خواهیم داد. در زندگی دانشجویی، وقت و زمان، اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد و با توجه به تنوع فعالیت‌های دوران دانشجویی، ضروری است دانشجویان با مهارت مدیریت زمان آشنا شوند. بدون مهارت مدیریت زمان مناسب، احتمال موفقیت دانشجو در دانشگاه به شدت

کاهش می‌یابد و برعکس، آشنایی و تسلط دانشجو بر این مهارت، موفقیت وی را در فعالیت‌های مختلف، چند برابر افزایش می‌دهد. مهارت مدیریت زمان، مجموعه‌ای از فعالیت‌های مختلف است که در این جا، تعدادی از مهم‌ترین آنها معرفی می‌شوند:

- تعیین اهداف برای نیمسال تحصیلی
- تهیه فهرست کارها
- اولویت‌بندی کردن
- اصول برنامه‌ریزی

تجربه رایج بسیاری از دانشجویان، برنامه‌ریزی‌هایی است که به واقعیت در نمی‌آیند و معمولاً خود، عاملی برای سرزنش و احساس شکست برخی از دانشجویان است. ایراد اساسی که در این برنامه‌ریزی‌ها وجود دارد آن است که اصولاً نه واقع‌بینانه، نه عملی، بلکه بسیار ایده‌آلی تنظیم شده‌اند. واقعیت آن است که آنچه باید سرزنش شود، برنامه غیرواقع‌بینانه دانشجویست نه خود دانشجو!

ضرورت هدفمندی در زندگی

«هدف، آن چیزی است که برای رسیدن به آن تلاش و کوشش می‌شود».

هدف یعنی خواسته از پیش تعیین شده با تمام وجود، هدفی که با تمام وجود آن را نخواهیم یک رویا و هوس است. هدف، تابلوی زندگی هر انسان است. هدف دانی‌ها و آگاهی‌هایی است که مسیر کارها و نتیجه آن را مشخص می‌کند.

به یاد داشته باشیم آینده‌مکانی نیست که آنجا می‌رویم. آینده جایی است که ما آن را می‌سازیم. راه‌هایی که به آینده ختم می‌شوند یافتنی نیستند بلکه ساختنی‌اند.

نتیجه هدفمندی در زندگی

- هدف در زندگی به جهت و معنا می‌بخشد.
- فرد هدفمند در زندگی پیشرو است.
- افراد هدفمند سالم تر، جدی تر و خوش‌برخوردتر هستند
- افراد هدفمند، دارای انگیزه کافی برای مبارزه در زندگی هستند.
- هدفمندی در زندگی باعث فعال شدن مکانیزم‌های موفقیت ذهن می‌شود.
- هدفمندی در زندگی، باعث ایجاد سبک و روش کاری می‌شود.

- هدفمندی در زندگی، احساس کامیابی به فرد می‌دهد.

زندگی موهبت و هدیه خداوند به ما است، اجازه نداریم زندگی را تباه کنیم. اجازه نداریم در فقر، ناامیدی، حسرت و افسردگی روزگار را بگذرانیم و در این دنیا بدون هدف، بدون آرمان و باری به هر جهت، زندگی کنیم

مراقب گذر لحظه‌های ارزشمند عمر خود باشیم.

لحظه لحظه‌های ارزشمند عمر مستحق این بی‌خیالی نیست. زندگی دکمه بازگشت ندارد. در زندگی هر چه را با تمام وجود بخواهی به دست می‌آوری. انسان‌های هدفمند خود را باور دارند و اعتماد به نفسشان عالی است. هدف‌ها مقصدند و زندگی مسیر. تا مقصد معین نباشد، مسیر معنا ندارد.



پیشنهاد می‌کنیم نکات زیر را در برنامه‌ریزی خود لحاظ کنید:

۱. در برنامه‌ریزی‌ها، واقع‌بین باشید.
۲. به ساعت زیستی خود توجه داشته باشید.
۳. کار در شب آخر و لحظه آخر را کنار بگذارید.
۴. کارهای غیر ضروری را حذف کنید.
۵. برای خودتنظیمی‌ای تقویم یا برگه استفاده کنید.
۶. به فعالیت‌ها و کارهای اضافه و غیر ضروری، نه بگویند
۷. به خودتان پاداش بدهید و تشویق کنید.

افراد غیرموفق چالشی برای خود ایجاد نمی‌کنند، بنابراین حاشیه امن آنها نه چالشی دارد، نه هیجانی و نه پیشرفتی. فقط امن و آرام است و بی‌خطر. اما افراد موفق این امنیت را دوست ندارند چون کاذب است و آنها را از حرکت باز می‌دارد.

- تمرکز روی موارد مثبت

افراد موفق خوش‌بینانه به مسائل نگاه می‌کنند و بر هیجانات منفی خود کنترل دارند و اینگونه انرژی خود را برای به انجام رساندن کار در طول مسیر حفظ می‌کنند.

- با-مهربان و استادان خود مشورت می‌کنند

افراد موفق الگوهای دارند و با بهره‌گیری از تجربیات این الگوها و با سخت‌کوشی به مقصود خود می‌رسند.

- از بازخوردهای صادقانه و انتقاد استقبال می‌کنند

افراد موفق به خود ایمان دارند، اما شیفته عقاید خود نیستند و از انتقادهای سازنده که باعث اصلاح عقاید آنها می‌شود استقبال می‌کنند.

- کارها غیر ضروری را حذف می‌کنند

کارهای مختلف و متفرقه وقت زیادی می‌گیرند، در صورتی که اساساً لازم و ضروری نیست که این همه کار انجام گیرد. منطقه امن خود فراتر می‌گذرانند و حتی اگر فکر کنند در یادگیری زبان دوم استعداد ندارند، برنامه‌ریزی کرده و با کوشش آن را یاد می‌گیرند.

- مراقب غرور خود هستند

ردیف	عنوان فصلنامه	مدیر مسئول	سر دبیر	اعتبار علمی	دوره	آخرین شماره
۱	پژوهش‌های اقتصادی ایران	دکتر تیمور محمدی	سهیلا پروین	علمی-پژوهشی	تابستان ۹۳	۵۹
۲	پژوهشنامه اقتصاد انرژی ایران	دکتر حمید آماده	دکتر مسعود درخشان	علمی-پژوهشی	بهار ۹۴	۱۴
۳	پژوهشنامه اقتصادی	دکتر اسفندیار جهانگرد	دکتر عباس شاکری	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۵۵
۴	علوم اجتماعی	دکتر پناهی	دکتر مرتضی فرهادی	علمی-پژوهشی	بهار ۹۴	۶۸
۵	روان‌شناسی تربیتی	دکتر محمود گلزاری	دکتر علی دلاور	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۳۴
۶	حکمت و فلسفه	دکتر علی اصغر مصلح	دکتر غلامرضا ذکیانی	علمی-پژوهشی	پاییز ۹۳	۳۹
۷	متن پژوهی ادبی	دکتر عباسعلی وفاپی	دکتر عباسعلی وفاپی	علمی-پژوهشی	پاییز ۹۳	۶۲
۸	پژوهش حقوق عمومی	دکتر حسنعلی موذن زادگان	دکتر منصور جباری	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۴۵
۹	پژوهش حقوق خصوصی	دکتر حسنعلی موذن زادگان	دکتر محمدرضا پاسبان	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۹
۱۰	پژوهش حقوق کیفری	دکتر حسنعلی موذن زادگان	دکتر حسین غلامی	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۹
۱۱	پژوهش‌های راهبردی سیاست	دکتر غلامرضا خواجه سروی	دکتر ابراهیم بزرگر	علمی-پژوهشی	بهار ۹۴	۱۲
۱۲	مطالعات مدیریت بهبود و تحول	دکتر لعیا الفت	دکتر سیدعلی اکبر افچه	علمی-پژوهشی	بهار ۹۴	۷۷
۱۳	مطالعات تجربی حسابداری مالی	دکتر لعیا الفت	دکتر جعفر باباجانی	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۴۴
۱۴	مطالعات مدیریت گردشگری	دکتر لعیا الفت	دکتر ابوالفضل اردشیر تاج زاده	علمی-پژوهشی	تابستان ۹۳	۲۶
۱۵	مطالعات مدیریت صنعتی	دکتر لعیا الفت	دکتر مقصود امیری	علمی-پژوهشی	بهار ۹۴	۳۶
۱۶	مطالعات مدیریت فناوری اطلاعات	دکتر لعیا الفت	دکتر فیضی	در حال اخذ	زمستان ۹۳	۶
۱۷	برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی	دکتر عزت ا. سام آرام	دکتر جعفر هزارجریبی	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۲۱
۱۸	اندازه‌گیری تربیتی	دکتر فریبرز در تاج	دکتر علی دلاور	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۱۸
۱۹	فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی	دکتر صدرالدین شریعتی	دکتر عبدا... شفیع آبادی	علمی-پژوهشی	پاییز ۹۳	۱۹
۲۰	پژوهش در مدیریت ورزشی	دکتر زهرا سلمان	دکتر حبیب هنری	در حال اخذ	زمستان ۹۳	۶
۲۱	پژوهشنامه معارف قرآنی	محمدحسین خوانین زاده	دکتر سالار منافی اناری	در حال اخذ	بهار ۹۳	۱۶
۲۲	مطالعات روانشناسی بالینی	دکتر احمد برجلی	دکتر فرامرز سپهری	علمی-پژوهشی	بهار ۹۴	۱۸
۲۳	دوفصلنامه دانش‌های بومی ایران	دکتر محمدحسین پناهی	دکتر مرتضی فرهادی	در حال اخذ	پاییز و زمستان ۹۳	۲
۲۴	روانشناسی افراد استثنایی	دکتر حسین اسکندری	دکتر حمید عزیززاده	علمی-پژوهشی	پاییز ۹۳	۱۵
۲۵	سراج منیر	دکتر محمدحسین بیات	دکتر سالار منافی اناری	علمی-ترویجی	پاییز ۹۳	۱۶
۲۶	پژوهش‌های ترجمه در زبان و ادبیات عربی	دکتر علی گنجیان	دکتر حمیدرضا میرحاجی	علمی-پژوهشی	بهار و تابستان ۹۳	۱۰
۲۷	Issues in language Teaching	دکتر محمد خطیب	دکتر ضیاء تاج‌الدین	علمی-پژوهشی	زمستان ۹۳	۲
۲۸	پژوهشنامه مددکاری اجتماعی	دکتر طلعت اللهیاری	دکتر محمد زاهدی اصل	در حال اخذ	زمستان ۹۳	۲
۲۹	دوفصلنامه علم زبان	دکتر رضامراد صحرایی	دکتر محمد دبیرمقدم	علمی-تخصصی	بهار و تابستان ۹۳	۲
۳۰	مطالعات شهری منطقه‌ای	دکتر غلامرضا لطیفی	دکتر علی خاکساری	در حال اخذ	در حال انتشار	-
۳۱	پژوهش‌های رهبری و مدیریت آموزشی	دکتر عباس عباس پور	دکتر عباس عباس پور	در حال اخذ	زمستان ۹۳	۲
۳۲	دولت پژوهشی	دکتر احمدوند	دکتر احمدوند	علمی-پژوهشی	بهار ۹۴	۱
۳۳	دوفصلنامه اندیشه علامه	دکتر شعبان پور	دکتر صالح حسن زاده	در حال اخذ	پاییز و زمستان ۹۳	۱
۳۴	مطالعات دانش‌شناسی	دکتر عصمت مؤمنی	دکتر فهیمه باب الحوائجی	در حال اخذ	بهار ۹۴	۲
۳۵	فصلنامه فن آوری آموزش و یادگیری	دکتر اسماعیل زارعی	دکتر درپوش نوروزی	در حال اخذ	بهار ۹۴	۲
۳۶	اقتصاد محیط زیست و منابع طبیعی	دکتر مصطفی شریف	دکتر علی اصغر بانویی	در حال اخذ	در حال انتشار	-
۳۷	مطالعه بیمه و ریسک	دکتر آرتوسا گودرزی	دکتر تیمور محمدی	در حال اخذ	در حال انتشار	-
۳۸	مطالعات پیش‌دبستانی و دبستان	دکتر عباس عباس پور	دکتر فرخنده مفیدی	در حال اخذ	در حال انتشار	-
۳۹	فصلنامه مطالعات رسانه‌های نوین	دکتر مهدی فرقانی	دکتر هادی خانیکی	در حال اخذ	بهار ۹۴	۱
۴۰	پژوهش‌های کیفی در برنامه‌ریزی درسی	دکتر حسین اسکندری	دکتر حسین اسکندری	در حال اخذ	در حال انتشار	-

کارهایی که تأثیری در رسیدن به هدف ندارند باید حذف شوند...

سبک زندگی افراد موفق



- موانع زندگی را با موفقیت پشت سر می‌گذارند
ضربه‌های زندگی در رشد افراد اثر مثبت دارد اگر دنیا را جایی امن و کامل تصور کنیم و انتظار هیچ‌گونه مشکل و آسیب نداشته باشیم، با اولین مشکلی از پا در خواهیم آمد. گره خوردن با مشکلات و افتادن در دام آن روش افراد موفق نیست.

- کارهای مربوط به امروز را همین امروز انجام می‌دهند و کار را تمام می‌کنند

دانش و هوش بدون عملگرده فایده‌ای ندارد. افراد موفق بر این باورند که طرح و برنامه‌ریزی خوبی که امروز به اجرا در می‌آید، از طرح و برنامه صد در صد کاملی که یک روز قرار است اجرا شود بهتر است.

- برنامه‌صیحتگاهی آرام و منظمی دارند

روز خود را با آرامش شروع می‌کنند و بر هیجانات خود مسلط اند و برنامه منظمی برای بیدار شدن، عبادت، ورزش کردن، دوش گرفتن، لباس پوشیدن، صبحانه خوردن و... دارند. یک

رزومه مهم‌ترین وسیلهٔ کارایی شماسات و هر چن آن را بهتر و حرفه ای تر تهیه کنید امکان دست یافتن به شغل دلخواهتان بیشتر می شود

چگونه رزومه بنویسیم

رزومه

۲- **تحصیلات و توانایی های علمی** (Education and Qualifications)

این بخش شامل تمام سوابق تحصیلی و علمی شما، از دیپلم تا آخرین مدرک تحصیلی ، رشته ها و گرایش ها و زمانبندی هر دوره تحصیلی خواهد بود. به یاد داشته باشید که حتما ذکر کنید در حال حاضر مشغول گذراندن چه دوره ای هستید.

همراه داشتن رزومه برای هر کاری ضروری است. اما چگونه رزومه بنویسیم؟ شیوه های متفاوتی برای نگارش رزومه متداول و مرسوم است و هر کس به مقتضی سلیقه و هدفی که از نگارش رزومه دارد، شیوه خاصی را بر می‌گزیند. اما به طور کلی اصول و سرفصل بندی عمومی رزومه‌ها به شرح زیر است:

۱- جزئیات شخصی

(Personal Details)

اغلب رزومه ها با این بخش آغاز می شوند. آن چه می‌بایست در این بخش ذکر شود شامل نام، آدرس، شماره تلفن، آدرس پست‌الکترونیکی و تاریخ تولد است.

۲- پروفایل شخصی

(Personal Profile)

وارد کردن پروفایل در رزومه امری سلیقه ای است و ضروری محسوب نمی شود. آن چه در پروفایل به نگارش در می آید، تصویری کلی و گویا از شما است که به طور جزئی تر در سایر بخش های رزومه ذکر می شود.

عامل کلیدی تمام موفقیت ها ”عمل کردن“ است

سال نهم / شماره هجدهم/ مهر ماه ۱۳۹۴ / ۸ صفحه



برخی قسمت های اختیاری:

- عضویت و رهبری گروه های کاری حرفه ای

- فعالیت ها و رهبری گروهی

- میزان تسلط بر زبان های خارجی

- مهارت های کار با کامپیوتر

-اطلاعات اضافی دیگر

- جوایز یا تقدیرنامه هایی که تا به حال کسب کرده‌اید

۵- **انتشارات و مقالات**

(Publications)

فهرست کتب و مقالاتی که منتشر کرده و یا در

کنفرانس ها ارائه نموده اید، به اضافه زمان انتشار را در

این بخش بیاورید.

۶ - **علائق**

(Interests)

فهرستی از علایق خود در زمینه های فوق برنامه را در

این بخش بنویسید و احیاناً اگر سوابق حرفه ای در این

زمینه دارید حتما ذکر کنید.



عمر پروانه‌ها سه ماه بیشتر نیست... و آن‌ها در این سه ماه هرگز نمی‌خواهند!

سال نهم / شماره هجدهم/ مهرماه ۱۳۹۴ / ۸ صفحه

اگر مهارت های ارتباطی و اجتماعی خود را تقویت کنید، نه تنها رشد بیشتری خواهید کرد، بلکه از زندگی خود لذت بیشتری نیز می‌برید

مهارت برقراری ارتباط با همسالان

ارتباط اجتماعی در خوابگاه

زندگی خوابگاهی جنبه های متعدد و مختلفی دارد، مانند: برقراری ارتباط سالم با سایر دانشجویان و بخصوص هم اتاقی ها، مشارکت درفعالیت های زندگی خوابگاهی، تقسیم وظایف و مسئولیت هاو مقابله با مشکلاتی که در زندگی خوابگاهی پیش می آید.

راه‌حل‌هایی برای بهبود ارتباط با هم اتاقی‌ها

بهرتر است از همان ابتدا با عده ای که قرار است هم اتاق شوید، نشست و راجع به آن چه باید رعایت شود گفتگو کنید.موضوعاتی که پیشنهاد می‌شود در چنین جلسات و نشست هائی با یکدیگر صحبت کنید عبارتند از :

الف - موضوعات کلی و عام :

- نظافت اتاق
- تهیه و آماده کردن غذا
- شست وشوی ظروف
- خرید مایحتاج و وسایل

ب- تنظیم ساعت و زمان :

استراحت

مهمانی

مطالعه

تفریح ، گفتگو و بحث.

ج- رعایت و اصول ایمنی :

تعیین نکات مهمی که از نظر ایمنی لازم است مانند: قفل کردن در اتاق، کشوها، چمدان ها، و یا این که شب ها در اتاق قفل باشد یا نه.

د- تعیین موارد خصوصی یا عمومی :

یکی از موضوعات بسیار مهم در میان هم اتاقی‌ها، مشخص کردن محدوده های شخصی یا عمومی است. هر انسانی به یک فضای خصوصی احتیاج دارد. به همین دلیل لازم است این موارد از ابتدا مشخص شود.

استفاده از وسایل یکدیگر

تعیین حریم و فضای خصوصی

اطلاعات و موضوع های شخصی

اطلاع دادن به یکدیگر در مورد بیرون رفتن

نیاز به خلوت و تنهایی.

نکته بسیار مهمی که باید به آن توجه کرد این است که مطالب بالا قسمتی از موضوعاتی است که هم‌اتاقی‌ها نیاز دارند از ابتدای زندگی گروهی خود در مورد آن‌ها با یکدیگر صحبت کرده و به توافق کلی برسند.

- در ایجاد دوستی پیشقدم باشید.
- مهارتهای ارتباطی و اجتماعی خود را افزایش دهید.
- اختلاف هارا بپذیرید و به آن جنبه ی ارزشی ندهید.



واژه هایی که شاغلین موفق

به کار نمی برند

دکتر زهرا گیتی بسند

دکترای مشاوره از دانشگاه علامه طباطبائی

ما در ارتباط مؤثر با دیگران، با استفاده از کلمات

و جملات در موقعیت‌های ویژه، تغییرات خاص را در شنونده ایجاد می‌کنیم. قاضی با گفتن کلمات خاصی در موقعیت قضاوت، کسی را محکوم یا تبرئه می‌کند. مربی در نقش تربیتی خود،با استفاده از زبان، شاگردانش را دگرگون می‌سازد و... این در شرایطی است که اگر همین کلمات را بیرون از همان موقعیت‌ها به کار ببریم، نه نصیحتی شکل می‌گیرد، نه حکمی رانده می‌شود(سبزیعلی سنجانی،۱۳۸۶). بنابراین اگر می‌خواهیم تعامل‌مان مؤثر واقع شود و اگر انتظار داریم به نتیجه‌ی مطلوب در موقعیت حاکم بر گفتار، دست پیدا کنیم، بهترین معبر تلاش در ارائه ی تعاریفی دقیق و جامع از واژه‌هاست.

آگاهی از مهارت‌های فرد و واژه‌هایی که فرد به زبان می‌آورد، نه تنها می‌تواند راه پیشرفت حرفه ای فرد را هموار سازد، می‌تواند در پیشگیری از بسیاری از

موضوعات ناراحت‌کننده،دلسردی از شغل، کاهش بهره وری و ... هم مؤثر باشد. در ادامه مقاله، به عبارت‌هایی که افراد موفق در شغل خود به کار نمی‌برند؛ اشاره شده است.

«من حق انتخاب ندارم.» یا «من حق انتخاب نداشتم.»
پیرو را متمایز می‌نماید. به همین دلیل، مدیران مؤثر، ارزش‌هایی را به کار می‌گیرند که تفکر خلاق، انعطاف پذیری و مهارت حل مسأله را به نمایش می‌کذارد. کسی که این واژه‌ها را به کار می‌برد، دقیقاً فردی است گذشته گرا، انعطاف ناپذیر و با ذهن بسته. حتی اگر با ایده ی فردی موافق هم نیستید، بهتر است بگویید: «چه ایده ی جالبی! چه طوری می‌توانیم آن را به کار بیاوریم؟» یا بگویید: «این رویکردی متفاوت است. اجازه دهید که موافقان و مخالفان طرح، آن را بررسی نمایند.»

«این منصفانه نیست!»
گاهی کسی حقوقی یا ترفیعی را گرفته است که شما نرگرفته اید یا اداره درآمدهای فردی که برای شما نیست و شما آن را غیر منصفانه می‌دانید.این موضوع همه روزه در شغل و در دنیا روی می‌دهد.افراد موفق به جای واکنش

پذیری، دربار ی موضوعات پیشناز هستند. به جای شکایت و تاله کردن، دست به کار شوید مستند سازی نمائید، گزارش تهیه کنید و گفتگویی هوشمندانه با فرد یا گروهی که بتوانند شما را کمک نمایند، داشته باشید.
- «او نامنظم است.» یا «این تنبل است.» یا «شغل من نفرت انگیز است.» یا «من از این شرکت متفرم.»

افراد موفق، از واژه‌هایی که شبیه به حکم است، نشانه توهین و بی احترامی است و منفی گرایانه است؛ اجتناب می‌ورزند.
فارغ از احساسات فردی یا شرایط موجود، از عبارت‌های غیر سازنده و شبیه حکم که تگرش منفی به سوی همکاران یا شغل را می‌رساند؛ اجتناب می‌ورزند. چنانچه لازم است موضوع یا شکایت حقیقی به اطلاع فردی برسد، لازم است مبتنی بر حقایق کاملاً مستند، با ملاحظه، توجه کامل و بیطرفانه باشد.
تهمت و برجسب زند به افراد در محل کار، بیشتر و زودتر از تصور، شما فراگیر می‌شود.این موضوع نه تنها ناپختگی کودکانه فرد متمم زنده را نشان می‌دهد؛ زبانی است که مارک می‌زند و آتش به پا می‌کند.افراد موفق، واژه‌ها را به طور دقیق بر اساس حقایق قابل مشاهده انتخاب می‌کنند و از زبان اهانت آمیز اجتناب می‌کنند.

سبزیعلی سنجانی، بول(۱۳۸۶) نگاه ویژه به چه زبانی باید سخن گفت. رشد مشاور مدرسه ، دوره دوم ، شماره۴.

Smith, J. (2014). 17 Things Successful People Never Say. July 26. http://finance.yahoo.com/news/17-things-successful-people-never-say.

مشکل من نیست.»

آدم‌های موفق به دیگران کمک می‌کنند که موفق شوند.

از آنجایی که شروع زندگی دانشجویی، تا حدی شروع یک زندگی مستقل نیز هست بهتر است که مهارت مدیریت مالی را بیاموزید و تمرین کنید.

مدیریت مالی در زندگی دانشجویی



از اینکه مخارجی را بر خانواده تحمیل کنیم، احساس گناه و عذاب وجدان داشته باشیم و به همین دلیل مایل نباشیم از خانواده کمک بیشتری طلب کرده یا مخارج بیشتری بر خانواده تحمیل کنیم. یکی از مهارت‌هایی که می‌تواند ما را در این زمینه کمک کند، «مهارت مدیریت مالی» است. از آنجایی که شروع زندگی دانشجویی، تا حدی شروع یک زندگی مستقل نیز هست بهتر است که مهارت مدیریت مالی را بیاموزید و تمرین کنید.

بدین منظور می‌بایست به نکات زیر توجه داشته باشید:

- به یاد داشته باشید که هر انسانی نیاز دارد مدیریت مالی صحیحی داشته باشد چون منابع درآمد نسبت به هزینه‌ها محدودیت دارند.
- واقع بین باشید. معمولاً درآمد انسان برای همه خواسته‌های او کافی نیستند. بنابراین خواسته‌ها و نیازها را از هم جدا کنید و تمرکز خود را بر نیازها بگذارید.
- مخارج خود را برای یک ماه ثبت کنید. فهرستی از مخارج خود تهیه کنید تا مشخص شود هزینه‌های

■ هنگامی که با خانواده زندگی می‌کنیم، متوجه چگونگی تأمین هزینه‌های زندگی نمی‌شویم و ممکن است حتی به آن فکر هم نکنیم. اما هنگام دوری از خانواده، این هزینه‌ها خود را نشان می‌دهند. تأمین مخارج زندگی روزانه شامل خورد و خوراک، شستشو و نظافت، مدیریت مالی و اولویت بندی کردن بین هزینه زندگی روزانه، هزینه کلاس‌ها، برنامه‌ها و فعالیت‌های مختلف، هزینه رفت و آمد و... از جمله چنین مواردی است.

این موضوع زمانی بیشتر اهمیت می‌یابد که خانواده با مشکلات و محدودیت‌های مالی مواجه باشد و یا



آیا در پی کار دانشجویی هستید؟

زندگی شما چقدر است. - مخارج روزانه زندگی خود و مخارجی را که موردی و فصلی هستند، جدا کنید. مثلاً در شروع ترم هزینه‌های رفت و آمد و هزینه‌های خرید کتاب بیشتر از طول ترم است.

- نقشه و طرحی برای درآمدها و مخارج خود تهیه کنید. بر اساس آنچه در مورد هزینه‌های خود می‌دانید، منابع مالی خود را توزیع کنید. در چه زمانی، چه خرج‌هایی وجود دارد؟ چه منابع مالی برای آنها دارید؟ - همیشه مبلغی پول برای موارد اضطراری و اورژانس کنار بگذارید.

- برای کاهش مخارج زندگی روزانه، بهتر است با هم اتاقی‌ها و دوستان خود به طور مشترک عمل کنید. معمولاً بدین منظور یک «مادر خرج» تعیین می‌شود که خرج‌هایی را یک جا انجام داده و بعد مخارج به اعضا تقسیم می‌شود.

- متعادل عمل کنید. یعنی تا آنجا که می‌توانید برای فعالیت‌های مختلف خود، منابع مالی کنار بگذارید.

مثلاً قسمتی را برای هزینه‌های جاری و روزانه، هزینه‌های فصلی، هزینه‌های غیر منتظره، هزینه‌های پوشاک و... .

- قسمتی از منابع مالی خود را برای برنامه‌های تفریحی و ذوقی کنار بگذارید.

- آینده‌نگر باشید. هنگامی که هزینه‌های فصلی خود را بدانید، می‌توانید بر طبق آن برنامه‌ریزی کنید.

از قبل به فکر هزینه‌های فصلی مانند رفت و آمد، مهمانی، خرید کتاب و... باشید و از قبل شروع به پس‌انداز یا کار کنید تا دچار سردرگمی نشوید.

- در صورتی که مشکل مالی پیدا کردید، فوری کمک بگیرید. در این شرایط نزدیکان خود را در جریان بگذارید. علاوه بر خانواده، از خدمات امور دانشجویی، اداره رفاه، مددکاری و... کمک بگیرید. چون اگر دیر اقدام کنید، ممکن است مشکلات دیگری نیز پیدا کنید.

- اداره رفاه و خدمات امور دانشجویی، معمولاً وام‌هایی را در اختیار دانشجویان می‌گذارد. اطلاعاتی در خصوص این واحدها و شرایط وام آن‌ها بدست آورید تا در مواقع لزوم بتوانید از آنها کمک بگیرید.

- در جستجوی کار باشید. بعضی از دانشجویان همزمان با تحصیل کار می‌کنند. بعضی از قسمت‌های دانشگاه، کارهای دانشجویی در اختیار دانشجویان می‌گذارد. در این زمینه اطلاعات جمع‌آوری کنید تا در مواقع لزوم از آنها استفاده کنید. برخی از اساتید در پروژه‌ها و کارهای خود نیاز به همکاری دارند. از آنان راهنمایی و اطلاعات بگیرید. این کار نه تنها منابع مالی شما را تقویت می‌کند، بلکه شما اطلاعات زیادی را در مورد کارهای عملی و پروژه‌های علمی می‌آموزید.

- در بیرون دانشگاه به دنبال کارهای نیمه وقت باشید. تدریس خصوصی یکی از کارهای بسیار رایج دانشجویان است که با شرایط آنان از نظر وقت هماهنگی دارد. علاوه بر آن مقاله‌نویسی، ترجمه و... بسیاری از کارهای نیمه وقت هستند که با شرایط دانشجویی شما هماهنگی دارند. در این زمینه فعال باشید، جوینده‌یاینده‌ی است. منفی بافی را کنار بگذارید.

- صرفه‌جو باشید. در فرهنگ ما صرفه‌جویی بسیار پسندیده است. صرفه‌جویی با خسیس بودن تفاوت دارد. بسیاری از هزینه‌ها را می‌توان با صرفه‌جویی کاهش داد. ■

فصلنامه علمی تخصصی ذهن زیبا

(شماره هجدهم؛ ویژه نامه ورودی‌های مهرماه ۱۳۹۴)

صاحب امتیاز: مرکز مشاوره دانشگاه علامه طباطبائی مدیر مسئول: دکتر رضامراد صحرایی سردبیر: دکتر حسین سلیمی بجستانی

همکاران این شماره:

فاطمه وصالی، زیبا عزیزی، علی ابراهیمی چاپ و انتشار: چاپخانه دانشگاه علامه طباطبائی

آدرس دفتر فصلنامه: انتهای بزرگراه همت غرب، دهکده المپیک، پردیس دانشگاه علامه طباطبائی، مرکز مشاوره دانشگاه

تلفن تماس: ۴۷ - ۴۴۷۳۷۶۴۵

آدرس پورتال مرکز مشاوره (سایت):

www.moshaver.atu.ac.ir

رایانامه (پست الکترونیک):

moshaver@atu.ac.ir

تنها کسی را که می‌توانید تغییر دهید خودتان هستید

باید اول ببینیم در روابط اجتماعی مان، چه اشتباهاتی می‌کنیم؟

۱. شخصی کردن همه مسائل

گاهی همه گفته‌های دیگران را به خودمان می‌خریم. این جمله را به یاد داشته باشید همه واکنش‌های افراد دیگر، ابتدا معطوف به خودشان است.

۲. حسادت کردن

حسادت هنر شمارش داشته‌های دیگران به جای داشته‌های خود است. سفر زندگی شما با هیچکس قابل قیاس نیست، خودتان را با خودتان مقایسه کنید.

۳. به غم و اندوه و غصه‌ها چسبیدن

رنج‌های زندگی را نمی‌توان از یاد برد، به دور و برتان نگاه کنید. فردی را می‌شناسید که رنجی را تحمل نکند یا نکرده باشد.

۴. عدم کنترل هیجان‌ها

هر جا هیجان‌های ما از عقلمان پیش گرفته‌اند ما دچار یک چالش رفتار می‌شویم. زندگی ما بدون عقل و هیجان بی‌معناست یعنی نمی‌توان هیجان‌ها را پس زد. روش درست عقلی است که از کانال هیجان عبور می‌کند. اما مهارت زندگی و به دست هیجان دادن، خطر آفرین است.

۵. برتری طلبی و رقابت جویی دائم

این رفتار شما را به موجودی تبدیل می‌کند که برای خودتان زندگی نمی‌کنید، بلکه دیگران شما را بدنبال خود می‌کشند.

۶. قضاوت‌های سطحی درباره دیگران

شما در گردونه ارتباطات اجتماعی قرار دارید و «بدم میاد و خوشم می‌یاد» نمی‌تواند مبنای واقعی رفتارتان باشد. سعی کنید راجع به افراد با ظاهرشان قضاوت نکنید. چون باعث می‌شود از درک عمیق آنها فاصله بگیریم و از دوستان خوب محروم شوید. برقراری ارتباط موثر یک مهارت و در عین حال یک هنر قابل آموزش و یادگیری است. هنگامی که ما با خودمان خلوت کنیم و به معایب رفتاری مان آگاه شویم به مرور اشتباهات گذشته را تکرار نخواهیم کرد.

دانشگاه فرصتی برای یادگیری رفتارهای جدید است.

